

PENGUATAN KAPASITAS BAGI PELATIH SEPAK BOLA DAN COACHING CLINIC BAGI ATLET USIA 11-17 TAHUN OLEH CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE FUTEBOL CBF (Brasil) MELALUI INSPIRE INDONESIA BEKERJA SAMA DENGAN PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI PSDKU KABUPATEN KEPULAUAN ARU

Petra Pratama Ritiauw¹, Jusak Syaranamual²

^{1,2}. Program Studi Pendidikan Jasmani PSDKU Universitas Pattimura Kepulauan Aru

Article history

Revised :

September 07,
2023

Accepted : Oktober
09,2023

*Corresponding
author

Email :

aleanormichelle@gmail.com

Abstrak

Rendahnya keterampilan dasar sepak bola yang mencakup teknik, taktik, serta fisik pemain sepak bola usia dini merupakan faktor utama kemunduran sepak bola Indonesia terlebih khusus di Kabupaten Kepulauan Aru. Dari kenyataan itulah maka sudah seharusnya berbagai bentuk kegiatan pengembangan keterampilan dasar sepak bola kepada klub-klub sepak bola yang mendidik anak usia dini haruslah sesering mungkin dilakukan sehingga pemahaman terhadap keterampilan dasar sepak bola (teknik, taktik dan fisik) dapat di mengerti dan di pahami sehingga dapat di gunakan dalam event-event pertandingan baik di tingkat lokal maupun nasional.

Penguatan kapasitas Pelatih sepak bola dan guru penjas lewat kegiatan Coaching clinic merupakan program pelatihan sepak bola singkat yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan bermain sepak bola, masih rendahnya pengetahuan pelatih SSB terhadap pemberian latihan kemampuan teknik dasar bermain sepak bola.

Kata Kunci : Penguatan Kapasitas Pelatih Sepak Bola, Coaching Klinik

Abstract

The lack of basic football skills which include technique, tactics and physicality of young football players is a major factor in the decline of Indonesian football, especially in the Aru Islands Regency. From this reality, various forms of basic soccer skills development activities for soccer clubs that educate young children should be carried out as often as possible so that understanding of basic soccer skills (technique, tactics and physical) can be understood and understood. so that it can be used in competition events both at local and national levels.

Strengthening the capacity of football coaches and physical education teachers through Coaching clinic activities is a short football training program which aims to increase knowledge and skills in playing football, SSB coaches still have low knowledge of providing training in basic technical skills for playing football.

Strengthening the capacity of football coaches and physical education teachers through Coaching clinic activities is a short football training program which aims to increase knowledge and skills in playing football, SSB coaches still have low knowledge of providing training in basic technical skills for playing football.

Keyword : Strengthening Capacity For Football Coaches, Coaching Clinic

© 2023 Some rights reserved

1. Pendahuluan

Olahraga saat ini menjadi sebuah trend atau gaya hidup bagi sebagian masyarakat umum, bahkan hingga menjadi sebuah kebutuhan mendasar dalam hidup. Olahraga menjadi kebutuhan yang sangat penting karena tidak terlepas dari kebutuhan mendasar dalam melaksanakan aktivitas

gerak sehari-hari. Olahraga itu sendiri pada dasarnya merupakan serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara dan meningkatkan kemampuan gerak, serta bertujuan untuk mempertahankan, dan meningkatkan kualitas hidup seseorang. Hal tersebut sejalan dengan yang diamanatkan dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional Nomor 3 Tahun 2005 bahwa, "olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial". Sepakbola merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari olahraga akan tetapi merupakan bagian secara keseluruhan dari olahraga.

Pada hakikatnya permainan sepakbola merupakan permainan beregu yang menggunakan bola sepak. Sepakbola dimainkan dilapangan rumput oleh dua regu yang saling berhadapan dengan masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain. Tujuan permainan ini dimainkan adalah untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyakbanyaknya dan berusaha mempertahankan gawang sendiri dari serangan lawan. Ada pun karakteristik yang menjadi ciri khas permainan ini adalah memainkan bola dengan menggunakan seluruh anggota tubuh kecuali lengan. Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola. Pertandingan sepakbola dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 orang. Masing-masing tim mempertahankan gawang dan berusaha menjebol gawang lawan.

Rendahnya keterampilan dasar sepak bola yang mencakup teknik, taktik, serta fisik pemain sepak bola usia dini merupakan faktor utama kemunduran sepak bola indonesia terlebih khusus di Kabupaten Kepulauan Aru. Dari kenyataan itulah maka sudah seharusnya berbagai bentuk kegiatan pengembangan keterampilan dasar sepak bola kepada klub-klub sepak bola yang mendidik anak usia dini haruslah sesering mungkin dilakukan sehingga pemahaman terhadap keterampilan dasar sepak bola (teknik, taktik dan fisik) dapatlah di mengerti dan di pahami sehingga dapat di gunakan dalam event-event pertandingan baik di tingkat lokal maupun nasional.

Penguatan kapasitas Pelatih sepak bola dan guru penjas lewat kegiatan Coaching clinic merupakan program pelatihan sepak bola singkat yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan bermain sepak bola, masih rendahnya pengetahuan pelatih SSB terhadap pemberian latihan kemampuan teknik dasar bermain sepak bola.

Inspire Indonesia merupakan sebuah Yayasan Pelayanan Sepak Bola Dunia yang mempunyai tujuan adalah menjadikan pelatih sepak bola yang berkarakter, berkualitas dan mampu untuk membina sepak bola baik di lingkungan masyarakat ataupun di lingkungan sepak bola prestasi dalam hal ini tournament-tournament nasional maupun internasional. Inspire terus menyediakan lingkungan di mana pelatih dan pemain dapat belajar dan berkembang. Inspire mencoba membuat pemimpin di dalam dan di luar lapangan dan itulah sebabnya fokus utama inspire adalah mengembangkan karakter para pelatih dan pemain. Inspire membangun mitra kerja dengan organisasi sepak bola dunia lainnya seperti KNVB (Belanda), CBF (Brasil) dan lainnya juga.

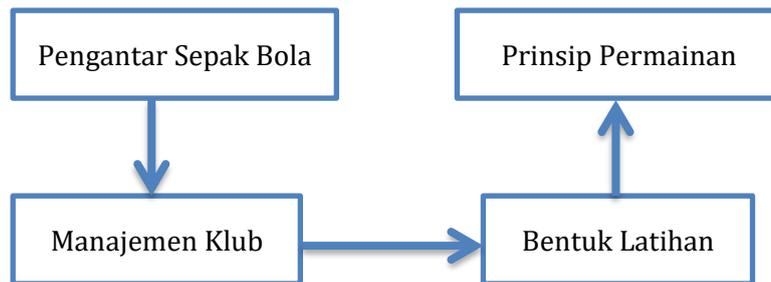
Program Studi Pendidikan Jasmani PSDKU Aru membangun kerja sama dengan inspire dalam sepak bola sehingga berangkat dari kenyataan yang telah di paparkan di atas maka Inspire bersedia bersama-sama dengan Program Studi Penjas PSDKU Aru melaksanakan kegiatan Penguatan Kapasitas Bagi pelatih sepak bola dan coaching clinic bagi atlet usia 10-13 di kabupaten kepulauan aru.

2. Metode

3. Metode Kegiatan

Metode yang digunakan dengan merencanakan, mengaktualisasi, mengontrol kegiatan coaching clinic dan melakukan pendampingan kepada pelatih melalui kegiatan Penguatan Kapasitas Bagi Pelatih dan Atlit Melalui kegiatan Coaching Clinic yang bekerja sama dengan Inspire Indonesia sebagai salah satu Yayasan Sepak Bola Dunia. Langkah-langkah kegiatan sesuai dengan metode pelatihan sepak bola yakni :

Gambar Metode Pelatihan



Pelaksanaan kegiatan ini rencananya akan di laksanakan pada Bulan Maret 2022. Kegiatan akan berlangsung selama 6 hari pada Tanggal 21-24 Maret di Kota Dobo dan Pada Tanggal 25-26 Maret di Desa Kobraur Kecamatan Pulau-Pulau Aru. Di bawah ini merupakan gambar metode palatihan yang akan di gunakan dalam kegiatan



1) Bentuk Latihan Bagi Pelatih

Mengapa latihan holistik lebih cocok untuk sepakbola?

| | | |
|---|--|---|
| <p>SENAM/GOLF</p> <ul style="list-style-type: none"> • Artistic Oriented Sports. • Consistent Circuit Skill. • Teknik yang solid adalah fondasi performa. • Repetisi konstan akan membantu proses belajar. | | <p>SEPAKBOLA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Result Oriented Sports. • Flexible Circuit Skill. • Kemampuan persepsi dan keputusan di otak adalah fondasi performa. • Repetisi dinamis-kompleks membantu proses belajar. |
|---|--|---|

1) Prinsip Replikasi Permainan



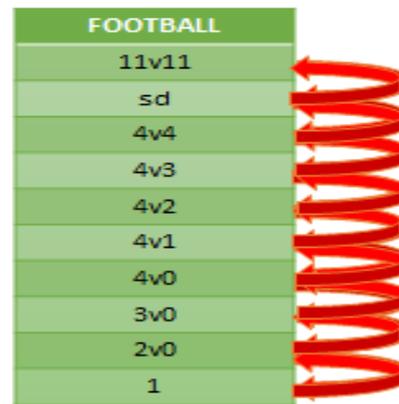
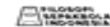
1/ Prinsip Replikasi Permainan



- Latihan selalu **MENYERUPAI PERMAINAN** dalam pertandingan.
- Karakteristik Permainan:
 - Main untuk menang.
 - Bertahan – Menyerang – Transisi.
 - Ada kawan, ada lawan.
 - Pemain harus selalu berkomunikasi, ambil keputusan, eksekusi, tempo tinggi.
- Pendekatan **HOLISTIK**.



2/ Prinsip Whole-Part-Whole



Latihan adalah **PENYEDERHANAAN** dari Game 11v11.
 Berlatih dengan **KONTEKS** dan **TUJUAN SEPAKBOLA!**

3. Hasil Dan Pembahasan

a) Hasil

Kegiatan pelatihan ini di ikuti oleh pelatih yang berasal dari kalangan umum dan juga mahasiswa. Materi di berikan mulai dari pengantar sepak bola sampai dengan prinsip permainan sepak bola. Pada saat materi di berikan banyak pelatih dan juga mahasiswa yang masih kebingungan karena pengetahuan sepak bola yang baru saja di dapatkan sehingga peserta terkesan diam dan hanya mendengarkan. Dari gambaran pelatihan yang telah di berikan itu banyak pelatih yang akhirnya mulai memahami dan mengerti permainan sepak bola yang sesungguhnya.

Peserta pelatih belum memahami konsep melatih sepak bola yang baik dan benar, prinsip-prinsip melatih dan bentuk transisi dalam permainan sepak bola juga tidak di pahami dengan jelas oleh peserta pelatih. Kemampuan untuk manajemen pengelolaan klub juga tidak di pahami dengan baik oleh para pelatih.

Dengan mengikuti kegiatan penguatan kapasitas pelatih dan coaching clinic ini banyak perubahan yang di tunjukan oleh pesetrrta pelatih karena peserta di berikan kesempatan untuk secara langsung mempraktekan materi yang telah di dapatkan di dalam kelompok kecil dan kemudian di praktekan juga di dalam kelompok besar. Adapun jadwal pelaksanaan kegiatan ini dapat di lihat di bawah ini :

| Tanggal | Nama Kegiatan | Waktu | Tempat |
|------------|-----------------------------|---------------|-------------------------------------|
| 21/03/2022 | Penguatan Kapasitas Pelatih | 08.00 – 17.00 | Kampus PSDKU & Lapangan Yos Sudarso |
| 22/03/2022 | Penguatan Kapasitas Pelatih | 08.00 – 17.00 | Kampus PSDKU & Lapangan Yos Sudarso |
| 23/03/2022 | Penguatan Kapasitas Pelatih | 08.00 – 17.00 | Kampus PSDKU & Lapangan Yos Sudarso |
| 24/03/2022 | Penguatan Kapasitas Pelatih | 08.00 – 17.00 | Kampus PSDKU & Lapangan Yos Sudarso |
| 25/03/2022 | Coaching Clinic | 08.00 – 17.00 | Desa Kobaur |
| 26/03/2022 | Coaching Clinic | 08.00 – 17.00 | Kota Dobo |





Bagi atlet di ajarkan teknik dasar sepak bola yang meliputi passing dan dribbling, bahwa kemampuan dribbling dan passing bagi atlet masih sangat dibawah rata-rata dilihat dari postur tubuh yang kurang tegak pada saat melakukan dribbling dan passing, perkenaan kaki dengan bola pada saat bola mengenai kaki bagian dalam maupun punggung kaki yang kurang tepat, serta pandangan mata yang hanya tertuju pada bola semata. Melakukan teknik dribbling bisa menjadi senjata yang sangat ampuh pada tim sepak bola ketika membangan serangan ke jantung pertahanan lawan, selain itu teknik dribbling dapat menjadi keterampilan pertahanan yang cekatan ketika membawa bola. Oleh sebab itu agar dapat memiliki keterampilan teknik dasar menggiring bola yang baik sangat diperlukan latihan yang berkelanjutan.

Ada beberapa faktor yang memengaruhi kemampuan teknik dasar peserta coaching clinic yaitu: kemampuan fisik, kemampuan fisik sangat diperlukan dalam sepak agar gerakan teknik dasar dapat dilakukan dengan baik. Aspek kebugaran jasmani atlet juga tidak terbentuk dengan baik seperti kecepatan, kekuatan, keseimbangan, kordinasi dll

Kegiatan Coaching clinic teknik dasar bermain sepak bola ini bisa menambah wawasan peserta maupun pelatih dalam melakukan latihan khususnya teknik dasar bermain sepak bola. Selain itu seluruh stakeholder SSB Tunas Kaili dan SSB Rauf Junior sangat mengapresiasi dan menyambut baik kegiatan ini dan diharapkan akan mampu meningkatkan prestasi sepak bola khususnya SSB yang ada di Sulawesi Tengah. Kegiatan Coaching clinic ini memberikan kesan kepada para peserta agar kegiatan Coaching clinic bisa dilaksanakan secara terprogram dan berkesinambungan karena kagiatan seperti ini dirasakan sangat bermanfaat dan sangat membantu para peserta dan bahkan pelatih, karena ketika melakukan

b) Pembahasan

Peserta pelatih banyak mengalami perubahan setelah mengikuti kegiatan pelatihan, ini di tunjukan melalui praktek yang di berikan kepada peserta coaching clinic. Pelatih telah bisa membuat program latihan dan mengenal lebih luas tentang prinsip permainan sepak bola serta filosofi sepak bola indonesia. Pelatih-pelatih pun di berikan kesempatan untuk melatih klubnya dan di pantau proses pelatihannya menggunakan aplikasi pemantau proses latihan yang di miliki oleh Inspire Indonesia yakni aplikasi Pledge United Inspire Indonesia dan selanjutnya para pelatih di pantau dan saling memberikan informasi demi memperkaya pengetahuan tentang sepak bola di dalam link aplikasi di maksud.

Peserta coaching clinic pun kini mengalami perubahan cara bermain, karakter serta mentalitas pemain lebih baik. Ini dapat di ukur dari motivasi dan kerja sama serta sportifitas yang di tunjukan oleh atlet saat berlatih ataupun saat melakukan kompetisi-kompetisi friendly match.

4. Kesimpulan

Kesimpulan dalam kegiatan penguatan kapasitas pelatih dan coaching clinic sepak bola adalah kegiatan ini berjalan dengan sukses dan lancar meskipun terkadang mengalami kendala seperti faktor alam. Kegiatan ini memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada peserta sehingga peserta sangat antusias dalam menerima materi teori maupun materi praktik yang diberikan langsung dari pelatih nasional yang berlisensi. Kegiatan ini membentuk mentalitas, kerja sama, saling menghargai, kejujuran seperti nilai-nilai olahraga yang terkandung di dalam sepak bola. Harapan dalam kegiatan coaching clinic ini dapat memberikan kontribusi dalam perkembangan sepak bola di Kabupaten Kepulauan Aru khususnya bahkan ke tingkat nasional maupun internasional

UCAPAN TERIMA KASIH

Terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini tidak terlepas dari dukungan dan kerjasama banyak pihak. Untuk itu ijinlah kami menyampaikan ucapan terima kasih Pemerintah Kabupaten Kepulauan Aru, Pemerintah Desa Kobraur, Para pelatih sepak bola di Dobo, Para atlet muda sepak bola di dobo yang telah membantu kami dalam pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Ini. Tuhan Yang Maha Kuasa senantiasa memberkati.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Pemuda dan Olahraga. 2005. *Undang Sistem Keolahragaan Nasional Nomor 3 Tahun 2005*. Kemenpora:Jakarta 2005
- Harsuki. 2012. *Manajemen Olahraga*. Jakarta:2012. PT. Rajawali Press.
- Ahmad. (2021). *Pengertian Sepak Bola: Sejarah, Peraturan, Teknik Dasar, Dan Manfaat*. Jakarta: Gramedia.
- Effendi, R. A., & Rhamadhansyah, F. (2017). *Peningkatan Pembelajaran Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Menggunakan Modifikasi Bola Plastik*. *Jurnal Pendidikan Olahraga*. 6(1). 54-64. <https://journal.ikipgriptk.ac.id/index.php/olahraga/article/view/574>, diakses Tanggal 24 Juni 2021.
- PSSI Jawa Barat. 2021. *Modul Ajar Pelatih Sepak Bola Lisensi D Nasional*. Bandung: Arena Inspire Bandung
- Penjaskesrek FKIP Unpatti.
- Wahjoedi. 2001. *Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Jakarta; PT Raja Grafindo Persada.
- Sudjana. 2011. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya.
- Ratumanan & Laurens. 2003. *Evaluasi Hasil Belajar*. Surabaya: Unesa University Press.
- Arikunto. 2002. *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta; Bumi Aksara